

# ESTRESSE NO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO: EXPLANAÇÕES SOBRE CAUSAS E IMPLICAÇÕES PARA O SURGIMENTO DE DISTÚRBIOS PSÍQUICOS MENORES EM ESTUDANTES DO CURSO DE ENFERMAGEM

Wisla Alves Rocha<sup>1</sup>

Mara Dantas Pereira<sup>2</sup>

Kelly Virgínia Gabriel de Carvalho<sup>3</sup>

Gardênia Gomes Iaghi da Silva<sup>4</sup>

Tereza Ambrósio Fontes<sup>5</sup>

Andressa Pereira Meneses<sup>6</sup>

Tais Fernandina Queiróz<sup>7</sup>

Enfermagem



**cadernos de  
graduação**

ciências biológicas e da saúde

ISSN IMPRESSO 1980-1769

ISSN ELETRÔNICO 2316-3151

## RESUMO

O objetivo deste trabalho é explanar as causas e implicações do estresse no ambiente universitário, a partir de uma revisão sistemática, contendo artigos de língua inglesa, espanhola e portuguesa; utilizando as seguintes bases de dados científicas: PUBMED, LILACS, REDALYC, PEPSIC e SCIELO entre os anos de 2010 a 2018. Foram utilizados os descritores “estresse, distúrbios psíquicos menores, estudantes, ensino superior e enfermagem”. A presente revisão comprovou que a universidade envolve diversos estímulos estressores. Dessa forma há uma elevada prevalência de ansiedade, caracterizada como um dos principais transtornos psíquicos menores que surge em estudantes de enfermagem a partir de estímulos estressantes desencadeados de eventos vivenciados pelos discentes no seu ambiente acadêmico. Cabendo ressaltar que alguns estudos revelam que graduandos de cursos da área da saúde sofrem com estresse e ansiedade e no decorrer da vivência universitária esses níveis tendem a se elevar. Nessa lógica, outros estudos indicam que acadêmicos de enfermagem estão mais expostos a eventos estressantes em razão da responsabilidade pela vida e saúde dos indivíduos. Conclui-se que diante dos achados, que é relevante ressaltar a importância da identificação destes agentes estressores, de maneira que haja a minimização dos iminentes malefícios à saúde dos discentes relacionados ao curso de enfermagem.

## PALAVRAS-CHAVE

Estresse. Estudantes. Enfermagem. Distúrbio Psíquico.

## ABSTRACT

The objective of this work is to explain the causes and implications of stress in the university environment, based on a systematic review containing English, Spanish and Portuguese articles; using the following scientific databases: PUBMED, LILACS, REDALYC, PEPSIC and SCIELO between the years 2010 and 2018. The descriptors "stress, minor psychiatric disorders, students, higher education and nursing" were used. The present review proved that the university involves several stressful stimuli. Thus a high prevalence of anxiety, characterized as one of the main minor psychic disorders that appears in nursing students from stressful stimuli triggered by events experienced by students in their academic environment. It should be noted that some studies show that undergraduates of health care courses suffer from stress and anxiety and during university experience these levels tend to rise. In this logic, other studies indicate that nursing students are more exposed to stressful events because of the responsibility for the life and health of individuals. It is concluded that, in light of the findings, it is important to highlight the importance of identifying these stressors, so as to minimize the imminent harm to the health of the students related to the nursing course.

## KEYWORDS

Stress. Students. Nursing. Psychic Disorder.

## 1 INTRODUÇÃO

A vida universitária traz multifárias adversidades acadêmicas, que alteiam a predisposição ao estado de estresse. Mesmo que todos os estudantes universitários estejam expostos a estas situações, ao longo do tempo foi observado que estes quadros são mais constantes em cursos afiliados à área de saúde, como enfermagem e tal condição está pertencente às características inerentes ao curso (AVILA; CANTILLO; ESTRADA, 2018; SHERIDAN *et al.*, 2018).

É imperioso ressaltar que a educação superior produz o ponto mais alto do estresse acadêmico e por vários motivos, desde a grande carga de trabalho ao ajustamento à vida universitária, pelo meio de modificações relevantes do ambiente familiar e social como: nova renda para a vida acadêmica; separação da família e a inserção ao mundo do trabalho; tornando um período propício à vulnerabilidade dos universitários, desencadeando o surgimento do estresse (AVILA; CANTILLO; ESTRADA, 2018).

O termo estresse apresenta respostas fisiológicas e psicológicas, que dispõem o organismo para lidar com estímulos chamados estressores que são expostos como provocadores para o indivíduo, os efeitos prejudiciais do estresse foram observados com a primeira descrição científica do termo. Dessa forma os eventos traumáticos podem fomentar intensa resposta ao estresse no organismo, enquanto rotinas diárias acadêmicas, podendo provocar respostas moderadas de estresse durante períodos prolongados e podem ser agravadas, produzindo efeitos danosos à saúde. Diferenciando duas perspectivas diferentes de estresse "orgânicas e psicológicas" (PULIDO-CRIOLLO; CUETO-ESCOBEDO; GUILLÉN-RUIZ, 2018).

Nesse cenário o estresse se relaciona a uma interação dinâmica entre o indivíduo e o ambiente. Nesta relação surgem demandas, limitações e oportunidades relacionadas à atividade, podendo ser percebidas como uma ameaça para superar os recursos e habilidades do indivíduo (PULIDO-MARTOS; AUGUSTO-LANDA; LOPEZ-ZAFRA, 2012).

Faz-se necessário acrescentar que o estresse ocorre devido a demandas que excedem recursos, sensibilizando as capacidades adaptativas, cognitivas e emocionais do sujeito. Dessa forma, o estresse psicológico tem três tipos de avaliações cognitivas. (1) o sujeito distingue ou desconsidera as ameaças, proveitosa ou irrelevante em eventos baseado em crenças pessoais, autoeficácia e objetivo, além de fatores situacionais; (2) o sujeito conta com os meios próprios de defrontação, envolvendo as habilidades para alterar a condição ou reprimir o impacto aversivo; (3) o sujeito compreende e reinterpreta o acontecimento estressante; melhor dizendo, há uma reavaliação de um evento que originalmente era encarada como ameaçadora e é reinterpretada como benigna. Ademais, em estudantes de enfermagem, o estresse pode ser produzido quando as demandas são percebidas como excessivas, incontroláveis e seus efeitos estão relacionados a problemas de saúde (PULIDO-CRIOLLO; CUETO-ESCOBEDO; GUILLÉN-RUIZ, 2018; PULIDOMARTOS; AUGUSTOLANDA; LOPEZZAFRA, 2012).

Existe um importante ponto a se frisar: há uma maior incidência de estresse em estudantes de enfermagem na fase dos estágios clínicos em relação a abordagem de prevenção e intervenção que irá seguir, além dos desafios que os graduados têm no decorrer do curso (SHERIDAN *et al.*, 2018).

Nesse viés, o curso de enfermagem é considerado um dos cursos ligados à área de saúde mais afetados pelos Distúrbios Psíquicos Menores (DPM), que se caracterizam por suscitar no indivíduo quadros clínicos com sintomas de ansiedade, fadiga, insônia, depressão, irritabilidade, desordem psicossomática, perda de concentração e de capacidade funcional (SANTOS *et al.*, 2016).

Dessa maneira, o presente estudo tem o objetivo de explanar com base nos dados disponíveis em publicações científicas no período de 2010 a 2018, a relação entre as causas do estresse em estudantes universitários do curso de enfermagem, pertencentes a área de saúde, associando as possíveis implicações e como se manifestam as disfunções psíquicas menores.

## 2 METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão sistemática na literatura entre os anos de 2010 a 2018, contendo artigos de língua inglesa, espanhola e portuguesa; extraídos das seguintes bases de dados científicas: PUBMED, LILACS, REDALYC; PEPSIC e SCIELO. Foram utilizados os seguintes descritores, executando o uso das subseqüentes palavras-chave: estresse, estudantes, enfermagem e distúrbios psíquicos menores; sucessivamente para os termos correlatos em inglês: *stress, students, nursing and minor psychiatric disorders* correlacionados com os operadores booleanos "AND" ou "OR", de maneira que obtivesse artigos científicos favoráveis ao tema exposto.

Posteriormente foram estabelecidas duas etapas, que corresponde em: (1) analisar as fontes dos dados de pesquisa; (2) separação dos estudos e retirar dos dados selecionados.

(1) Para a busca na base de dados "PUBMED", os termos utilizados foram encontrados no MeSH - *Medical Subject Headings* que é um sistema de metadados médicos da língua inglesa contendo artigos na área das ciências da saúde, disponível no portal MEDLINE-PUBMED (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/mesh>). Foram combinados do subseqüente modo "*students and stress*"; "*nursing and stress*"; "*minor psychiatric disorders and stress*"; "*stress or minor psychiatric disorders*"; "*students and minor psychiatric disorders*"; "*nursing and minor psychiatric disorders*"; "*stress and minor psychiatric disorders*".

A posteriori para a busca na base de dados "REDALYC", disponível no portal *Red de Revistas Científicas da América Latina y el Caribe, España e Portugal* (<https://www.redalyc.org/home.oa>), foram utilizados os seguintes descritores: "*estrés y estudiantes de enfermería*"; "*enfermería y estrés*"; "*estrés y estudiantes*"; "*trastornospsiquiátricosmenores y estrés*"; "*estudiantes y trastornospsiquiátricosmenores*"; "*enfermería y trastornospsiquiátricosmenores*".

Para a pesquisa LILACS (<http://lilacs.bvsalud.org>), PEPSIC (<http://pepsic.bvsalud.org>) e SCIELO (<http://www.scielo.org/php/index.php>), os descritores partiram da seguinte seqüência: "*minor psychiatric disorders or stress*"; "*stress or minor psychiatric disorders*"; "*students and minor psychiatric disorders*"; "*nursing and minor psychiatric disorders*".

(2) Os critérios de inclusão dos artigos científicos examinados neste estudo sucederam da consecutiva configuração:

Desenho do estudo - Foram escolhidos artigos científicos publicados e divulgados nos idiomas português, inglês e espanhol. Respalidou-se na busca sobre o tema referido por intermédio de estudos de revisão bibliográfica sistemática e estudos transversais. Além de considerar os artigos que estivessem na íntegra, gratuitos e que envolvessem a relação entre as manifestações de estresse e distúrbios psíquicos menores em estudantes do curso de enfermagem, destacando os principais sintomas e como esta pode afetar sua vida acadêmica;

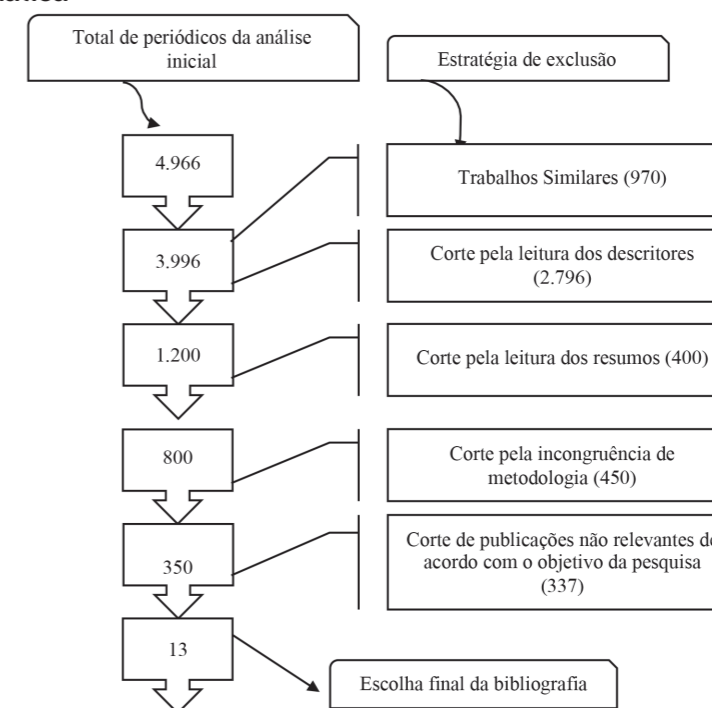
População - Diante dos estudos literários analisados sobre discentes no nível superior do curso de enfermagem que apresentam estresse no ambiente universitário, se obteve a constatação de amostras de indivíduos igual ou superior a 18 anos, todos os estudos visam amparar o tema apresentado;

Temas e variações examinadas - Os resultados e as discussões apresentadas em relação aos temas cruciais como: influência do estresse na universidade associada à distúrbios psíquicos menores; efeito sobre o comportamento e as relações interpessoais no meio acadêmico; considerações e causas que despontam o desenvolvimento do estresse e os transtornos mentais menores; outros assuntos pertinentes ao tema.

Foram excluídos todos os artigos científicos que não discorressem a relação entre estresse no ambiente universitário ou estudantes de enfermagem que apresentem indícios de distúrbios psíquicos menores, destacando suas causas e impactos e ordenadamente artigos similares, duplicados, não gratuitos, que não estivessem na íntegra, ou que envolvessem o uso de terapêuticas ou intervenções, destacando apenas o ambiente laboral.

Por último, durante o processo de triagem dos referenciais teóricos para a presente revisão sistemática, obteve-se inicialmente tendo relação com a soma de todas as bases de dados escolhidas e os critérios de inclusão e exclusão propostos anteriormente, se obteve o quantitativo de 4.966 artigos científicos congruentes ao tema e ao período aventado. Ato contínuo foi executado o procedimento de escolha para a revisão sistemática do estudo (FIGURA 1), direcionando-se para as seguintes etapas: reconhecimento de trabalhos similares; leitura dos títulos; leitura dos descritores; leitura dos resumos e análise dos métodos e eliminação das publicações científica com menos relevância.

Figura 1 – Fluxograma dos procedimentos de seleção dos estudos que compõem esta revisão sistemática



Fonte: Dados da pesquisa.

Assim sendo, da seleção dos artigos utilizados foram feitas por três integrantes do grupo enquanto e três analisava a assertividade quanto ao tema proposto no estudo, caso sucedesse em algum grau dissecção entre dois ou mais artigos, os seis autores examinaram o estudo na íntegra, discutindo e debatendo sua relevância para o presente estudo.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Na presente revisão sistemática, em seguida dos critérios de seleção aplicado foram selecionados treze estudos científicos. Nos Quadros a seguir está à descrição dos artigos publicados em sua ordem cronológica e a síntese da análise do referencial teórico utilizado no presente estudo.

Quadro 1 – Distribuição dos artigos analisados de acordo com a revista de publicação, ano de publicação, autor e título do artigo

	PERIÓDICOS	AUTORES	ANO	TÍTULO
1	International Nursing Review	PULIDO MARTOS; AUGUSTO LANDA; LOPEZ ZAFRA	2012	Sources of stress in nursing students: a systematic review of quantitative studies
2	Health and Academic Achievement	PULIDO-CRIOLLO; CUETO-ESCOBEDO; GUILLÉN-RUIZ	2018	Stress in Nursing University Students and Mental Health
3	Journal of Clinical Nursing	SHERIDAN <i>et al</i>	2018	Development and validation of an instrument to measure stress among older adult nursing students: The Student Nurse Stressor-15 (SNS-15) Scale
4	Revista Baiana de Enfermagem,	SANTOS <i>et al</i>	2016	Sintomas de Distúrbios Psíquicos menores em estudantes de enfermagem
5	Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo	AVILA; CANTILLO; ESTRADA	2018	Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia

	PERIÓDICOS	AUTORES	ANO	TÍTULO
6	Horizonte sanitario	ACUÑA <i>et al</i>	2014	Frecuencia e Intensidad del Estrés en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la DACS
7	Revista Latino-Americana de Enfermagem	TAM PHUN; SANTOS	2010	El consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes del segundo año de enfermería
8	Journal of Nursing UFPE	PRETO <i>et al</i>	2018a	Estresse e características socio-demográficas em universitários de enfermagem
9	Journal of Nursing UFPE	PRETO <i>et al</i>	2018b	Percepção de estresse nos acadêmicos de enfermagem
10	SMAD - Revista Eletrônica Saúde Mental Alcool e Drogas	LAMEU; SALAZAR; SOUZA	2017	Fatores associados ao aparecimento do estresse em uma amostra de estudantes de enfermagem universitários
11	Ciência, Cuidado e Saúde	CARVALHO <i>et al</i>	2015	Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior
12	Interfaces científicas	MENEZES <i>et al</i>	2018	Mensuração dos Níveis de Ansiedade Traço e Estado em Estudantes do Curso de Enfermagem
13	Journal of Nursing UFPE	JESUS <i>et al</i>	2015	Vivências de estudantes de graduação em enfermagem com a ansiedade

Fonte: Dados da pesquisa.

O estudante de enfermagem, ao adentrar na vida acadêmica, passa por inúmeros acontecimentos de crises, vivendo diversos sentimentos, destacando-se a construção de um novo ciclo de amizades, adequação a novos horários e rotinas,



ausência da família etc. Essas circunstâncias demandam esforço para se adaptar, o que contribui para o desenvolvimento do estresse. Destacando que a formação profissional do discente está propensa para o atendimento ao paciente, em que a relação “aluno-enfermeiro-paciente”, sistematicamente propensa a emoções intensas, salientando os últimos períodos do curso como intensificador de estresse, onde há constante preocupação com a transição da vida acadêmica para a laboral (PRETO *et al.*, 2018; ACUÑA *et al.*, 2014) psicológicas, conductuales y estrategias de afrontamiento. Material y Métodos: Estudio cuantitativo-descriptivo, transversal con muestreo no probabilístico por conveniencia, se aplicó una cédula de datos personales y el Inventario SISCO del Estrés Académico, auna muestra de 137 estudiantes de la Licenciatura en Enfermería del 2º al 8º ciclo. Resultados: Promedio de edad 21.6 años (DE= 2.79; 18-37).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define o estresse como um conjunto de reações fisiológicas e problemas psicológicos que o organismo experimenta quando é sujeito à forte exigência (ACUÑA *et al.*, 2014).

Nesse viés o estresse acadêmico é estabelecido como uma reação de ativação fisiológica, emocional, cognitiva e comportamental antes de estímulos e eventos acadêmicos. Desta maneira é caracterizado como um processo sistêmico, adaptativo e essencial; surge em três formas: (1) o aluno tem várias demandas para organizar o input, são considerados os estressores; (2) os estressores provocam um desequilíbrio sistêmico onde a situação estressante se manifesta em uma série de sintomas sinalizando a instabilidade; (3) A instabilidade sistêmica exige que o discente procure uma saída para restaurar e dar equilíbrio sistêmico (ACUÑA *et al.*, 2014).

Dessa forma, estudos embasados na teoria cognitivo-comportamental identificaram uma adicional fase do processo de estresse. Esta fase é caracterizada pela resistência e a exaustão, recebendo o nome de “quase exaustão”, apontada por um esgotamento da pessoa que não está sendo capaz de se adaptar ou enfrentar o estressor, surgindo os distúrbios psíquicos menores (PRETO *et al.*, 2018a).

Neste sentido, é importante ressaltar que alguns estudos apontam que as inúmeras atividades acadêmicas refletem uma fonte importante de estresse para os estudantes universitários, levando a incapacidade de adaptação em relação às mudanças, direcionando a um bloqueio mental para escapar de uma realidade que o discente não é capaz de enfrentar ou entender (TAM PHUN; SANTOS, 2010).

Diante disto, a universidade é caracterizada como um conjunto de eventos altamente estressantes, em que os indivíduos experimentam, mesmo que de forma temporária, a falta de controle sob o novo ambiente, possivelmente gerador de estresse, além de agravar o quadro, quando relacionado a outros fatores ligados ao fracasso acadêmico (ALMEIDA *et al.*, 2017).

Diante dos achados, os sintomas de estresse em estudantes de enfermagem são respostas de ajustamento do organismo à tensão, transmitindo a propensão à incidência de ocorrência de transtornos mentais menores, com níveis notáveis de: ansiedade, irritação, sensação de esfacelamento físico, decrescimento na atenção, desânimo e depressão. É de suma importância a identificação dos agentes estressores, de maneira

que haja a minimização dos iminentes malefícios a saúde dos discentes relacionados ao curso de enfermagem (PRETO *et al.*, 2018; TAM PHUN; SANTOS, 2010).

Vale enfatizar, que no ambiente acadêmico, os estudantes de enfermagem estão favoráveis ao desenvolvimento de déficits de aprendizagem, de modo que há uma queda acentuada na qualidade do princípio essencial do cuidado da enfermagem, em que os estudantes por estarem emocionalmente abalados e com índices elevados de estresse, ao se inserirem nos campos de estágio evidenciam um agravamento, ocasionando a aparição de disfunções psíquicas menores, se destacando entre elas a ansiedade (ALMEIDA *et al.*, 2017; SANTOS *et al.*, 2016).

Os acadêmicos experimentam ocasiões geradoras de estresse, resultantes de vários elementos como o desenvolvimento científico e tecnológico, as variações em nível do processo de ensino/aprendizagem e os cenários da prática, as oposições entre o que aprendem em teoria e a prática com que enfrentam a subalternidade quase perene a um sistema de avaliação, entre outros. Mediante estes fatores, é imprescindível uma reflexão sobre as condições geradoras de estresse ao longo do curso de Enfermagem e como superar estes eventos (PRETO *et al.*, 2018b; PRETO *et al.*, 2018a).

Quadro 2 – Primordiais pesquisas que auxiliaram para o estudo (2010-2018)

Autores	Tipos de estudo	Ano	População	Idioma	Manifestações de distúrbios psíquicos menores
PULIDO MARTOS; AUGUSTO LANDA; LOPEZ ZAFRA	Revisão Sistemática	2012	Estudantes de enfermagem		Ansiedade experimentada durante o estudo; ansiedade relacionada ao tempo de tirar dúvidas com o professor; ansiedade em relação as disciplinas do curso; ansiedade relacionada à avaliação do trabalho de conclusão de curso.
PULIDO-CRIOLLO; CUETO-ESCOBEDO; GUILLÉN-RUIZ	Revisão da Literatura narrativa	2018	Estudantes de enfermagem	Inglês	Ansiedade, depressão, inibição aprendizado e burnout, que impactam negativamente seu desenvolvimento acadêmico e saúde.
SHERIDAN <i>et al.</i>	Estudo transversal exploratório	2018	Estudantes de enfermagem	Inglês	Ansiedade ao lidar com medicamentos; ansiedade em trabalho em equipe; ansiedade me relação as atividades acadêmicas.

Autores	Tipos de estudo	Ano	População	Idioma	Manifestações de distúrbios psíquicos menores
SANTOS <i>et al</i>	Estudo transversal descritivo	2016	Estudantes de enfermagem	Português	Humor depressivo-ansioso e somáticos.
AVILA; CANTILLO; ESTRADA	Estudo transversal descritivo	2018	Estudantes De enfermagem	Espanhol	Transtorno de sono; fadiga crônica; sonolência excessiva.
ACUÑA <i>et al</i>	Estudo transversal descritivo	2014	Estudantes De enfermagem	Espanhol	Ansiedade; sonolência excessiva; inquietação; aumento de consumo de alimentos.
TAM PHUN; SANTOS	Estudo transversal descritivo	2010	Estudantes de enfermagem	Espanhol	Uso de substâncias psicoativas consumo excessivo de álcool
PRETO <i>et al</i>	Estudo transversal descritivo	2018a	Estudantes de enfermagem	Português	Ansiedade; irritabilidade; sensação de desgaste físico; diminuição da atenção; desânimo e depressão.
PRETO <i>et al</i>	Estudo transversal descritivo	2018b	Estudantes de enfermagem	Português	Insônia; diminuição da concentração; inibição do aprendizado; redução da memória, e depressão.
ALMEIDA <i>et al</i>	Estudo transversal descritivo-exploratório	2017	Estudantes de enfermagem	Português	Ansiedade; depressão e o suicídio

Fonte: Autores (2019).

Diante do exposto, com base em dados obtidos nas principais pesquisas, há uma elevada prevalência de ansiedade, caracterizada como um dos principais transtornos psíquicos menores que surge em estudantes de enfermagem a partir de estímulos estressantes desencadeados por eventos vivenciados pelos discentes no seu meio acadêmico.

Vale ressaltar que o sintoma psicológico da ansiedade entre os estudantes contém sentimentos de nervosismo antes de uma aula, pânico, esquecimento ao longo de uma avaliação de aprendizagem, a debilidade ao fazer trabalhos acadêmicos, ou a falta de interesse em uma matéria considerada mais difícil (CARVALHO *et al.*, 2015).

Por isso, enfatizamos que alguns estudos revelam que graduandos de cursos da área da saúde sofrem de estresse e ansiedade e no decorrer da universidade esses

níveis tendem a se elevar, nessa lógica, outros estudos indicam que acadêmicos de enfermagem estão mais expostos a eventos estressantes em razão dos eventos de responsabilidade pela vida e saúde de outros indivíduos (MENEZES *et al.*, 2018).

Por meio do exposto, destaca-se que há uma ausência de segurança referente à escolha do curso de Enfermagem, podendo comprometer bastante a capacidade de percepção do sujeito e contribuir para alterações comportamentais nesse indivíduo, já que acaba proporcionando emoções negativas, dúvida quanto à circunstância presente, ao futuro e preocupações de ter que enfrentar e superar as desventuras. O que se percebe a partir do exposto, é que optar pela profissão de Enfermeiro (a) pode representar para o indivíduo, uma "falha" por não ter "capacidade" em ser aprovado no curso superior ao que foi optado (MENEZES *et al.*, 2018; JESUS *et al.*, 2015).

Constata-se que, o curso de graduação de enfermagem se sobressalta, em casos de ansiedade, devido a sua carga horária de período integral, requisitando maior dedicação e vigor dos discentes do curso, sendo capaz de gerar um comprometimento da vida social e do bem-estar físico, afetando assim a qualidade de vida do estudante (CARVALHO *et al.*, 2015).

Ademais, a ansiedade também pode ser menos nefasta no ambiente acadêmico, por meio de uma postura mais acolhedora do docente, que discerne e aprecia as individualidades de cada um, estimulando o aperfeiçoamento do saber e apreciando a conexão docente-discente, possibilitando maior sensibilidade, permitindo-se perceber, de forma precoce, alterações comportamentais indicadoras de eventos prejudiciais ao aluno (JESUS *et al.*, 2015).

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto no presente estudo, ao se realizar a análise dos artigos foi constatado que a principal relação entre o estresse em acadêmicos do curso de enfermagem e os transtornos psíquicos menores, surge na prevalência de casos de estudantes com manifestações de ansiedade, em decorrência dos cursos relacionados a área da saúde com ênfase em enfermagem se destacam, em casos de ansiedade, pois sua carga horária em forma de período integral, solicita dos estudantes maior dedicação, possivelmente gerando um comprometimento na vida social e no bem-estar físico, prejudicando a qualidade de vida do discente.

Além de ser necessário destacar o fator da insegurança de lidar diretamente com outro sujeito, é preciso aumentar a compreensão e a percepção na identificação do mal-estar comportamental, derivado de enfermidades, com as manifestações de sentimentos como medo de falhar e incapacidade de realizar uma técnica e procedimento da enfermagem.

Se faz necessário pontuar ser importante que o discente tenha a consciência sobre os seus estímulos estressores e sua relação com seu comportamento e o modo de enfrentamento, havendo a necessidade de novos estudos na literatura acadêmica em nível internacional, para que seja possível compreender as diferentes formas de

percepção dos estudantes mediante as estratégias de enfrentamento, como modo de sobrevivência e adaptabilidade ao evento estressor, entretanto os eventos que envolvem sentimentos de vulnerabilidade que os discentes são expostos contribuem para o aparecimento dos transtornos mentais menores.

Conclui-se que é preciso reforçar a necessidade de novos estudos relacionados aos acadêmicos de enfermagem com ênfase na relação estresse e transtornos mentais menores e como este pode afetar drasticamente a saúde física e mental, contendo diversos prejuízos para a progressão acadêmica do estudante, fomentando danos na sua vida profissional e pessoal.

## REFERÊNCIAS

ACUÑA, V. R. *et al.* Frecuencia e Intensidad del Estrés en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería de la DACS. **Horizonte Sanitario**, v. 13, n. 1, p. 162-169, 4 ago. 2014.

ALMEIDA, C. A. P. L. *et al.* Fatores associados ao aparecimento do estresse em uma amostra de estudantes de enfermagem universitários. **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 13, n. 4, p. 176-188, 2017.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Riscos psicossociais associados à síndrome de burnout em professores universitários. **Avances en Psicología Latinoamericana**, v. 35, n. 3, p. 447-457, 2017.

CARVALHO, E. A. de *et al.* Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior/Anxiety scores in university entering and graduating students from a higher education institution. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 14, n. 3, p. 1290-1298, 11 out. 2015.

CASTILLO AVILA, I. Y.; BARRIOS CANTILLO, A.; ALVIS ESTRADA, L. R. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. **Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo**, v. 20, n. 2, p. 1-11, 2018.

JESUS, I. S. D.; SENA, E. L. D. S.; SOUZA, L. S. Vivências de estudantes de Graduação de Enfermagem com a ansiedade. **Revista de Enfermagem UFPE** [on-line], v. 9, n. 1, p. 149-157, 2015.

MENEZES, F. M. F. *et al.* Mensuração dos níveis de ansiedade traço e estado em estudantes do curso de enfermagem. **Interfaces Científicas - Humanas e Sociais**, v. 6, n. 3, p. 93-100, 2018.

PRETO, V. A. *et al.* Stress and sociodemographic characteristics of undergraduate nursing students. **Journal of Nursing UFPE**, v. 12, n. 3, p. 701-707, 2018a.

PRETO, V. A. *et al.* Perception of stress in nursing academics. **Journal of Nursing UFPE** [on-line], v. 12, n. 3, p. 708-715, 2018b. ISSN: 1981-8963.

PULIDO-CRIOLLO, F.; CUETO-ESCOBEDO, J.; GUILLÉN-RUIZ, G. Stress in Nursing University Students and Mental Health. **Health and Academic Achievement**, v. 1, n. 1, p. 31-45, 2018.

PULIDO-MARTOS, M.; AUGUSTO-LANDA, J. M.; LOPEZ-ZAFRA, E. Sources of stress in nursing students: a systematic review of quantitative studies. **International Nursing Review**, v. 59, n. 1, p. 15-25, 2012.

SANTOS, R. R. dos *et al.* Sintomas de distúrbios psíquicos menores em estudantes de enfermagem. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 30, n. 3, p. 1-14, 2016.

SHERIDAN, P. *et al.* Development and validation of an instrument to measure stress among older adult nursing students: The Student Nurse Stressor-15 (SNS-15) Scale. **Journal of Clinical Nursing**, v. 1, n. 1, p. 1-10, 2018.

TAM PHUN, E.; SANTOS, C. B. dos. El consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes del segundo año de enfermería. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 18, n. SPE, p. 496-503, 2010.

---

**Data do recebimento:** 26 de Abril de 2019

**Data da avaliação:** 12 de Junho 2019

**Data de aceite:** 24 de Junho de 2019

---

1 Graduanda de Psicologia da Universidade Tiradentes – UNIT. E-mail: wisla\_\_alves@hotmail.com

2 Graduanda de Psicologia da Universidade Tiradentes – UNIT. E-mail: maradantaspereira@gmail.com

3 Graduanda em Psicologia pela Universidade Tiradentes – UNIT. E-mail: kelly\_gab09@hotmail.com

4 Graduanda de Psicologia da Universidade Tiradentes – UNIT. E-mail: gardeniaiaighi@hotmail.com

5 Graduanda de Psicologia da Universidade Tiradentes – UNIT. E-mail: terezafontes@hotmail.com

6 Graduanda de Psicologia da Universidade Tiradentes – UNIT. E-mail: andressa171094@gmail.com

7 Mestre em Saúde Coletiva pelo Instituto de Saúde Coletiva da Universidade Federal da Bahia – UFBA;

Professora na Universidade Tiradentes – UNIT (Orientadora); Psicóloga. E-mail: taisfqueiroz@hotmail.com

